



مواد و روش‌ها: این مطالعه از نوع توصیفی-مقطعی است که در سال ۱۳۸۸ بر روی ۴۱ بیمار واجد شرایط در دانشگاه علوم پزشکی یاسوج انجام شد. از کلیه بیماران قبل و بعد از انجام همودیالیز، نمونه خون تهیه و میزان نیتروژن اوره خون و کراتینین اندازه گیری شد. برای بررسی کفایت همودیالیز از روش  $KT/V$  و  $URR$  استفاده گردید.

یافته‌ها: نتایج نشان داد که میانگین نیتروژن اوره خون قبل از دیالیز،  $23/6 \pm 69/9$  و بعد از آن  $22/63 \pm 11/96$  میلی گرم درصد بود که اختلاف معنی داری را نشان می‌دهد. به طور کلی در بخشهای همودیالیز بیمارستانهای استان، حداقل میزان  $KT/V$ ،  $4/45$  و حداکثر  $1/77$  با میانگین  $4/4 \pm 94$  بوده است. با توجه به معیار  $KT/V$ ،  $17$  نفر (  $41/5$  درصد ) دارای کفایت مطلوب دیالیز،  $3$  نفر (  $7/3$  درصد ) نزدیک به میزان مطلوب و  $21$  نفر (  $51/2$  درصد ) کمتر از حد مطلوب بوده است. حداقل میزان  $URR$ ،  $28$  درصد و حداکثر میزان  $75$  درصد با میانگین،  $69 \pm 50$  درصد بوده است. با توجه به معیار  $URR$ ،  $11$  نفر (  $26/8$  درصد ) دارای کفایت مطلوب دیالیز،  $10$  نفر (  $24/4$  درصد ) نزدیک به میزان مطلوب و  $2$  نفر (  $4/8$  درصد ) کمتر از حد مطلوب بودند.

نتیجه‌گیری: با توجه به معیار  $KT/V$  و  $URR$ ، درصد بالایی از بیماران این مراکز همودیالیز ناکافی داشتند. لذا لازم است علل آن بررسی و مرتفع گردد.

واژه‌های کلیدی: همودیالیز، کفایت دیالیز،  $KT/V$

تبیین مراحل بیماری و تغییرات سبک زندگی در مراحل مختلف بیماری در بیماران با بیماری مزمن ..... ۱۶  
نویسنده‌گان: نسرين فولادی، مهوش صلصالی، علی محمدی، الهام آدشیرین پور، زهره روشنی  
دانشگاه علوم پزشکی اردبیل، دانشکده پزشکی

مقدمه و هدف: بیماریهای مزمن علت عمده مرگ و میر در سطح دنیا می‌باشند. مشکلات زندگی با بیماری مزمن مسائلی چون پیشگیری و درمان بحرانهای پزشکی، اداره رژیم های درمانی و کنترل علائم ناشی از بیماری می‌باشد. در این راستا بیماران مزمن نیازمند تغییر عادات و رفتارهای بهداشتی خود برای پیشگیری از پیشرفت بیماری و اعتلاء سلامت می‌باشند. برای دستیابی به این هدف لازم است مراحمی که بیماران مزمن در طی بیماری طی میکنند و تغییراتی که در طی این مراحل در سبک زندگیشان اتفاق می‌افتد مورد بررسی قرار گیرد.

مواد و روش‌ها: این پژوهش یک مطالعه کیفی با روش گراند تئوری و روش نمونه گیری مبتنی بر هدف بود که بر روی ۲۵ بیمار انجام گرفت. محیط پژوهش مراکز آموزشی درمانی وابسته به دانشگاه علوم پزشکی تهران بود. ابزار گرد آوری داده ها مصاحبه با بیماران بود ولی با روشهای دیگر غنی گردید.

یافته‌ها: بیماران چهار مرحله تشخیص بیماری، مرحله احساس عدم تعادل و آسیب پذیری، مرحله تغییر شیوه زندگی و مرحله پیوستگی به تغییرات را در طی ابتلا به بیماری طی می‌کنند. هر یک از این مراحل تحت تاثیر فاکتورهای مختلف قرار گرفته و شیوه زندگی بیماران را در مراحل مختلف بیماری تغییر میدهند. عوامل موثر بر سبک زندگی در هر مرحله در دودسته عمده مداخله گرای رعایت سبک زندگی سالم و عوامل پیشبرنده رعایت سبک زندگی سالم طبقه بندی گردید.

نتیجه‌گیری: مشارکت کنندگان در تحقیق برای کسب تعادل از دست رفته به علت بیماری و ایجاد احساس سلامتی و خوب بودن اقدام به تغییر شیوه زندگی خود در ابعاد مختلف می‌نمایند که این تغییرات تحت تاثیر عوامل مختلف قرار می‌گیرد که در صورت



عملکرد مطلوب این عوامل تغییرات مطلوب و پایدار در شیوه زندگی بیماران ایجاد شده و منجر به اعتلاء سطح سلامت می‌گردد و در غیر اینصورت از اعتلاء سطح سلامت بیماران ممانعت می‌گردد.

واژه‌های کلیدی: بیماری مزمن، سبک زندگی، تغییرات

آگاهی، نگرش و عملکرد کارکنان زن شاغل در مراکز بهداشتی درمانی دانشگاه علوم پزشکی اصفهان در خصوص خودآزمایی پستان ۱۳۸۹..... ۱۷

نویسنده‌گان: مهنوش رئیسی، سید همادالدین جوادزاده، غلامرضا شریفی راد، پرستو یارمحمدی  
دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، دانشکده بهداشت

۲

مقدمه و هدف: سرطان پستان بعنوان شایعترین سرطان عضوی در زنان، اولین عامل مرگ و میر زنان ۴۵-۴۰ سال محسوب می‌گردد. تنها راه مبارزه با این بیماری تشخیص زودرس و به هنگام آن می‌باشد. بهترین روش تشخیص زودرس سرطان پستان غربالگری بوده و از این میان خودآزمایی پستان (BSE) بهترین روش قابل انجام و در دسترس بشمار می‌آید. این مطالعه با هدف تعیین آگاهی، نگرش و عملکرد کارکنان زن شاغل در مراکز بهداشتی درمانی دانشگاه علوم پزشکی اصفهان در خصوص خودآزمایی پستان صورت گرفت.

مواد و روش‌ها: این مطالعه از نوع مقطعی و بر روی ۱۱۹ نفر از کارکنان مراکز بهداشتی درمانی شهر اصفهان انجام شد. روش نمونه گیری به صورت خوشه ای انجام شد. با استفاده از پرسشنامه KAP آگاهی، نگرش و عملکرد افراد در مورد خودآزمایی پستان سنجیده شد و اطلاعات حاصله با استفاده از روشهای آماری توصیفی و استنباطی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته‌ها: میانگین سنی آزمودنی ها ۷/۲۷ ± ۳۸/۳ سال بود. سطح آگاهی مرتبط با سرطان پستان و انجام خودآزمایی پستان در اکثریت شرکت کنندگان خوب (۷۹/۸ درصد) بود و ۷۲/۴۵ درصد افراد نگرش مثبت داشتند اما در عمل، تنها (۳۹/۵ درصد) از شرکت کنندگان خودآزمایی پستان را هر ماه به طور منظم انجام می‌دادند. بین نگرش با مدرک تحصیلی و همچنین بین سن، مدرک تحصیلی، تعداد دفعات شرکت در کلاسهای بازآموزی با انجام خودآزمایی پستان در زمان مناسب ارتباط آماری معنادار دیده شد.

نتیجه‌گیری: با توجه به اینکه کارکنان مراکز بهداشتی می‌توانند نقش بسزایی را در ترغیب مددجویان جهت اتخاذ رفتارهای بهداشتی و پیشگیرانه ایفا کنند، عملکرد ضعیف در این گروه چندان قابل قبول به نظر نمی‌رسد، لذا توصیه می‌شود مطالعاتی در خصوص شناسایی عواملی که باعث تشویق زنان به استفاده از روشهای غربالگری می‌گردند، انجام پذیرد.

واژه‌های کلیدی: آگاهی، نگرش، عملکرد، خودآزمایی پستان، کارکنان

مروری بر اصول شناسانه سبک زندگی سالم در منابع طب سنتی ایران و پیشنهاد چگونگی ورود آن در نظام سلامت کشور..... ۱۸

نویسنده‌گان: سید شهاب‌الدین صدر، محمود خدادوست، زهرا پارسا  
دانشگاه علوم پزشکی تهران

مقدمه و هدف: انسان سالم به عنوان اصلی ترین عامل توسعه بوده و علوم سلامت، برای تحقق حیات طیبه، شرط وجود انسان سالم و توسعه پایدار است و برای تحقق سلامت باید از تمامی ظرفیت های مبتنی بر تجربه و عقل بهره گیری کرد. در حفظ الصحة